

## DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
SAMPUL BELAKANG .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PENGESAHAN PENGUJI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PRAKATA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
ABSTRAK .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
ABSTRACT .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Latar Belakang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Rumusan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Tujuan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Tujuan Umum .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Tujuan Khusus.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Manfaat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Konsep Lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Pengertian Lanjut Usia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Klasifikasi Lanjut Usia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Ciri-Ciri Lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Perubahan Pada Lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Konsep Inkontinensia Urin .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Pengertian Inkontinensia Urin.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Klasifikasi Inkontinensia Urin .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Etiologi Inkontinensia Urin.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Tanda dan Gejala Inkontinensia Urin .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5. Mekanisme Pengeluaran Urin .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6. Mekanisme Terjadinya Inkontinensia Urin.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
7. Penatalaksanaan Inkontinensia Urin.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
8. Pemeriksaan dan Pengukuran Derajat Frekuensi Inkontinensia Urin.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Konsep Senam Kegel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Pengertian Senam Kegel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Tujuan Senam Kegel Bagi Lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Manfaat Senam Kegel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Indikasi Senam Kegel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5. Mekanisme Peningkatan Kekuatan Otot Dasar Panggul Pada Senam Kegel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6. Cara Melakukan Senam Kegel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
A. Rancangan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Subyek Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Definisi Operasional .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Tempat dan Waktu Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Pengumpulan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F. Cara Pengolahan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
G. Etika Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Pembahasan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Keterbatasan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Saran.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>LAMPIRAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Gerakan Pemanasan.....	22
Gambar 2.2 Gerakan Inti.....	23
Gambar 2.3 Gerakan Pendinginan.....	24

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1. Skala RUIS.....	18
Tabel 3.1. Definisi Operasional.....	26
Tabel 4.1 Perbandingan Karakteristik Responden.....	30
Tabel 4.2 Derajat Frekuensi Inkontinensia Urin Sebelum Penerapan Senam Kegel .....	31
Tabel 4.3 Derajat Frekuensi Inkontinensia Urin Sesudah Penerapan Senam Kegel .....	32
Tabel 4.4 Perbedaan Derajat Frekuensi Inkontinensia Urin Sebelum dan Sesudah Penerapan Senam Kegel Pada Kedua Responden.....	32

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2. Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 3. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4. Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 5. Lembar Observasi Skor SPMSQ
- Lampiran 6. Lembar Observasi Skor Skala RUIS Sebelum Penerapan Senam Kegel
- Lampiran 7. Lembar Observasi Skor Skala RUIS Sesudah Penerapan Senam Kegel
- Lampiran 8. SOP Senam Kegel
- Lampiran 9. Lembar Konsultasi Tugas Akhir
- Lampiran 10. Lembar Konsultasi Revisi Seminar Proposal KTI
- Lampiran 11. Lembar Perijinan Studi Pendahuluan
- Lampiran 12. Lembar Perijinan Penelitian
- Lampiran 13. Dokumentasi Pelaksanaan

## DAFTAR SINGKATAN

WHO	<i>World Health Organization</i>
BPS	Badan Pusat Statistik
UU	Undang-Undang
RI	Republik Indonesia
ACTH	<i>Adrenocorticotropic Hormone</i>
TSH	<i>Thyroid Stimulating Hormone</i>
FSH	<i>Follicle Stimulating Hormone</i>
LH	<i>Luteinising Hormone</i>
Dr.	Doktor
FK	Fakultas Kedokteran
Unair	Universitas Airlangga
RSU	Rumah Sakit Umum
SDKI	Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
RUIS	<i>Revised Urinary Incontinence Scale</i>
PERKINA	Perkumpulan Kontinensia Indonesia
BPH	<i>Benign Prostatic Hyperplasia</i>
AD	<i>Adenosine Diphosphat</i>
ATP	<i>Adenosine Triphosphat</i>
BAK	Buang Air Kecil
RT	Rukun Tetangga
RW	Rukun Warga
SPMSQ	<i>Short Portable Mental Status Quesioner</i>
SOP	<i>Standard Operating Procedure</i>

